Brustkrebsrisiko: Vergleichende Untersuchungen zu Eiern, Fleisch- und Milchprodukten

bcaction.de/brustkrebsrisiko-vergleichende-untersuchungen-zu-eiern-fleisch-und-milchprodukten

7. Dezember 2002

(Last Updated On: 13. Mai 2021)
zusammengestellt von Beate Schmidt

Hinweis: Die verschiedenen Studien zu Ernährung und Brustkrebsentstehung sind widersprüchlich und daher wenig hilfreich bei der Entscheidung für den persönlichen Ernährungsstil.

Bereits im Jahr 2002 erschien im „International Journal of Epidemiology“ eine zusammenfassende Auswertung rund 20 sogenannter Kohortenstudien zu den Zusammenhängen zwischen dem Verzehr von Eiern, Fleisch- und Milchprodukten und Brustkrebs. Die Autoren dieser Analyse stammen aus 17 Forschungseinrichtungen aus den USA (Boston MA, Loma Linda CA, Buffalo und New York NY, Seattle WA), den Niederlanden (Utrecht und Zeist), Schweden (Stockholm) und auch aus Deutschland (DKFZ Heidelberg, Anthony B. Miller, ehemaliger Leiter der Abteilung für Klinische Epidemiologie im Deutschen Krebsforschungszentrum Heidelberg). Für die Auswertung hatten sich die WissenschaftlerInnen zum Ziel gesetzt, das tatsächliche Brustkrebsrisiko durch den Verzehr von Fleisch- und Milchprodukten zu bewerten und herauszufinden, ob nicht-ernährungsbedingte Risikofaktoren erkennbar sind, die das Ergebnis verändern.

Die Daten aus acht Kohortenstudien aus Nordamerika und Westeuropa (die Nurses‘ Health Study a und b, Iowa Women’s Health Study, Adventist Health Study, New York State Cohort, New York University Women’s Health Study, Sweden Mammography Cohort, The Netherlands Cohort Study) wurden abgeglichen mit neu entstandenen Brustkrebsfällen und Ernährungsgewohnheiten.

In Bezug auf Fleisch kamen von den analysierten Studien vier zu dem Ergebnis, dass es keinen statistisch signifikanten Zusammenhang gibt, während vier eine direkte Beziehung ergaben. Eine Meta-Analyse von 12 Fallkontroll- und 5 Kohortenstudien, die zwischen 1966 und 1993 veröffentlicht wurden, berichteten von erhöhtem Brustkrebsrisiko bei hohem im Vergleich mit niedrigem Fleischverzehr. Der Zusammenhang bei Verzehr von rotem Fleisch war in sieben dieser Studien stärker als bei Betrachtung des gesamten Fleischkonsums. Bei Geflügel ergab sich kein statistisch signifikanter Zusammenhang.
Zu den ausgewerteten Nahrungsmitteln gehörten u.a. Bacon, Hackfleisch, Rind- / Schwein- / Lammfleisch, Schinken, Aufschnitt, Würstchen, Rinder- / Schweine- / Hähnchen- und Truthahnleber sowie Nieren in der Gruppe rotes Fleisch, Fischfilet, Fischkonserven, Krustentiere, Muscheln, Hähnchen- und Truthahnfleisch in der Gruppe weißes Fleisch, Eier in jeglicher Zubereitung sowie in Untergruppen Zubereitungen jeglicher Art aus den o.g. Produkten.

In Bezug auf nicht fermentierte Milch gab es ebenfalls widersprüchliche Ergebnisse. Bei den analysierten Studien zeigten zwei eine umgekehrte Wirksamkeit (fermentierte Milch hätte demnach einen schützenden Einfluss), eine Metaanalyse beobachtete eine direkte Wirkung (die Brustkrebshäufigkeit stieg demnach) und drei sahen keine statistisch signifikante Verbindung. Die oben genannte Meta-Analyse ergab insgesamt ein erhöhtes Brustkrebsrisiko bei hohem im Vergleich mit niedrigem Milchkonsum; gleiches gilt für den Verzehr von Käse.
Da es erhebliche Unterschiede zwischen 100g flüssigen und 100g festen Milchprodukten gibt, wurden diese soweit möglich getrennt betrachtet: u.a. Sahne, Schlagsahne, Pudding, Eiscreme,

Milch jeder Fettstufe, saure Sahne, Joghurt und Joghurt-Dressing in der Gruppe flüssige Milchprodukte, Butter, Käse jeglicher Fettstufe, Hüttenkäse, Ricotta und Frischkäse in der Gruppe feste Milchprodukte.

Insgesamt wurden 351.041 Frauen in die Datenbasis einbezogen, von denen 7.379 während eines bis zu 15-jährigen Follow-ups mit invasivem Brustkrebs diagnostiziert wurden.

Ergebnis für die Ernährung mit Fleisch und Milch:

Es wurde kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Gesamtverzehr von rotem und weißem Fleisch, dem Gesamtverzehr von flüssigen und festen Milchprodukten und einem Brustkrebsrisiko gefunden.

Ergebnis für die Ernährung mit Eiern:

Eine Analysekategorie – Eier – deutete jedoch darauf hin, dass im Vergleich mit Frauen, die keine Eier aßen, das Brustkrebsrisiko bei Verzehr von weniger als 2 Eiern pro Woche etwas geringer war, bei Verzehr von einem oder mehreren Eiern pro Tag jedoch leicht erhöht. In Bezug auf Eier bedarf es also, so die WissenschaftlerInnen, weiterer Abklärung.

Der Bericht schließt mit der Feststellung, dass diese große Studie keinen Beweis erbracht hat, dass es für amerikanische und westeuropäische Frauen in mittleren oder späteren Lebensjahren einen Zusammenhang zwischen einem hohen Verzehr von Fleisch- und Milchprodukten und einem erhöhten Brustkrebsrisiko gibt.

Studienergebnis im Original lesen:

Meat and dairy food consumption and breast cancer: a pooled analysis of cohort studies
(International Journal of Epidemiology 2002;31:78-85, der Artikel ist im Open Access frei zugänglich)